Objekttyp: **Issue**

Zeitschrift: **Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht**

Band (Jahr): **22 (1915)**

Heft 15

PDF erstellt am: **20.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kranken- und Kinderpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich 4.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 20 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

No. 15. XXII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 17. Juli 1915.

Willst Gutes du und Schönes schaffen,
Das lebensvoll das Leben mehre,
Mußt du dich ernst zusammenraffen
Und darfst nicht scheun der Arbeit Schwere
Da hilft kein Schwärmen bloß und Hoffen,
Kein Traum von künftiger Entfaltung;
Nein, ringen mußt du mit den Stoffen
Und stark sie zwingen zur Gestaltung.

Jul. Hammer.

Verhütung von Speisevergiftung im Sommer.

Von Dr. Schröder.

(Nachdruck verboten.)

Wie wenig haltbar die meisten Speisen im Sommer sind, davon wissen die Hausfrauen ein Klagelied zu singen. Ein einziger heißer Tag genügt oft, um Gärung und Fäulnis hervorzurufen. Besonders rasch verderben alle mit Fleisch, Milch oder Eiern bereiteten Speisen, sowie nur wenig gewürzte. Deshalb müssen derartige Reste, die vom Mittag übrig geblieben sind, noch am Abend des gleichen Tages verzehrt werden. Bis zum Verbrauch hebe man sie in porzellanen oder irdenen Geschirren auf, nie in solchen von Metall. Je enger das Gefäß oben ist, um so besser; denn je größer die Oberfläche der Speise, desto größer auch die Fläche zur Ansiedelung von Fäulnispilzen. Schon wegen der Verstaubung und Austrocknung der Reste sollte man die Gefäße stets zudecken. Der Aufbewahrungsort sei kühl und recht luftig, nie feucht.

Speisereste, die verdächtig aussehen oder gar übeln Geruch haben, — wenn auch nur eine ganz geringe Spur davon, — sind sofort zu vernichten. Besser nichts essen als Gift essen! In der Tat bilden sich bei der Zersetzung der Nahrungsmittel Gifte, welche nicht nur bedenkliche Verdauungsstörungen und schwere Erkrankungen, sondern sogar den Tod verursachen können. Namentlich auf Fleischspeisen wirken Bakterien im Sommer sehr schnell zersetzend ein und erzeugen höchst gefährliche Gifte, die sogenannten Ptomaine (Wurstgift, Fleischgift). Diese werden auch nicht durch Kochen oder Braten oder andere küchenmäßige Zubereitung zerstört. Am leichtesten werden davon betroffen: Krebse, Hummer, Fische, Fleisch-Büchsenkonserven, Sardinen in Öl u. s. w. Auch Fleischbrühe verdirbt leicht und wird sauer; man soll sie daher stets an dem Tage

verbrauchen, an welchem man sie bereitet. — Im Sommer kommt es bei schlecht versorgtem Fleisch oft vor, daß Fliegen ihre Eier darauf legen, aus denen sich dann sehr schnell die Larven (Maden) entwickeln. Hauptattentäter hierbei sind die stahlblaue Schmeißfliege, die graue Fleischfliege und die Stubenfliege. Auch Pilzchen können sich an der Oberfläche des Fleisches ansetzen, wenn es an feuchten, schlecht gelüfteten Orten aufbewahrt wird. Es entsteht dann meist Verschimmelung; bisweilen bilden sich auch rote („blutendes Fleisch") oder im Dunkeln leuchtende Flecke, je nach der Art der angesiedelten Mikroben. Ist solches Fleisch gesundheitsschädlich? Das hängt von der sonstigen Beschaffenheit ab. Wenn nicht übler Geruch oder substantielle Veränderungen auf eine Zersetzung und Fäulnis des Fleisches hindeuten, so haben weder Fliegeneier noch Schimmelpilze etwas zu bedeuten. Man schneidet einfach die Oberfläche ab.

Butter sollte man im Sommer nicht zu reichlich vorrätig halten, zumal wenn man keine kühlen, luftigen Aufbewahrungsräume hat. Wärme befördert in der Butter die Entwickelung von Bakterien und Säuren und läßt so den ranzigen Geschmack entstehen. Man kann dem nur abhelfen durch wiederholtes tüchtiges durchkneten in stets erneuertem Salzwasser. Zum Braten kann ranzige Butter stets noch gebraucht werden.

Was macht man mit den verdorbenen Speiseresten? Man ißt sie weder selbst, denn das ist lebensgefährlich, noch verschenkt man sie. Es zeugt von großer Herzlosigkeit, wenn man schlecht gewordene Speisereste, die zu genießen man sich nicht mehr getraut, um nicht sein teures Leben aufs Spiel zu setzen, nun armen Leuten, reisenden Handwerksburschen oder Bettlern gibt. Nur für das Vieh sind solche Nahrungsmittel zu verwenden, in Form des sogenannten Tranks. Dieser Trank ist bis zur Abholung, die möglichst rasch erfolgen soll, in besonderen, nur dazu bestimmten Eimern aus verzinntem Eisenblech mit festen Deckeln (nicht in Küche und Speisekammer) aufzubewahren. In der Stadt wird man jedoch auf andere Weise für rasche Abgabe verdorbener Speisen besorgt sein müssen.

Unser Vollmehl und Vollbrot.

Von Ida Spühler.

(Nachdruck verboten.)

Der Krieg hat uns gebracht, was wir früher vielerorts umsonst suchten: ein gutes, vollwertiges, nahrhaftes Mehl und ein kräftiges, gutes Brot. Von vielen wurde das Verschwinden des Weißmehls und Weißbrots als großer Mangel empfunden, weil man sich so sehr an diese gekünstelte Verfeinerung des Mehles und Brotes gewöhnt hatte und der irrtümlichen Meinung war, das Weißbrot sei gesunder und vom Weißmehl könne man bessere Kuchen backen und schönere Knöpfli (Spätzli) zubereiten, als von diesem „schwarzen" Mehl. Aber das Gegenteil ist wahr: das Schwarzbrot ist nahrhafter und gehaltvoller und alle Mehlspeisen, von der Mehlsuppe an bis zum feinsten Eieröhrli und Apfelküchli werden von Vollmehl zubereitet kräftiger und besser. Wenn z. B. Nudeln und Knöpfli einwenig dunkler im Aussehen sind, was schadet das? Die weiße Farbe solcher Mehlspeisen beweist nur, daß fast alle die nahrhaften Kleberstoffe daraus entfernt wurden.

Vom volkswirtschaftlichen Standpunkte aus sind es drei Gründe, die es als sehr wünschbar erscheinen lassen, daß uns dieses Vollmehl und Vollbrot auch in Friedenszeiten erhalten bleibt. Erstens wird das Korn viel besser ausgenützt, denn es ergibt mehr Mehl, zweitens enthält es die blutbildenden und darum wertvollsten Nährstoffe in größerer Menge, und drittens wird es auch billiger werden, weil das Korn mehr ausgenützt wird. Das Vollbrot, wenn es nicht zu stark getrieben ist, hat gegenüber dem Weißbrot den großen Vorteil, daß es nicht schon am zweiten Tage ausgetrocknet und unschmackhaft ist, sondern acht Tage lang feucht und gut bleibt, besonders wenn man die Vier-

pfünderbrote in ein Tuch einwickelt oder in einem Blechgefäß aufbewahrt. Es empfiehlt sich überhaupt, das Brot immer von der trockenen Luft abzuschließen.

Das Vollbrot hat schon sehr viele Freunde gefunden und solche, die glaubten, es sei ihrem Magen weniger zuträglich, haben erfahren, daß der Magen sich leicht auch an etwas Besseres gewöhnen kann. Sie würden nun das Vollbrot nicht mehr an Weißbrot tauschen.

Sehr wünschenswert wäre es, auch ein Brot mit Kartoffelzusatz zu bekommen, wie die Bauersleute es zubereiten. Dieses bleibt besonders lange feucht und schmackhaft und der Weizen, der ja in unserm Lande nicht sehr reichlich vorhanden ist, könnte damit einwenig gespart werden.

Das Begiessen der Gemüsepflanzen.

Wärme und Feuchtigkeit sind bekanntlich zwei Faktoren, die zum Gedeihen der Pflanzen durchaus notwendig sind; namentlich ist beim Gemüsebau das Wasser sehr wichtig, weil viele Gemüsearten, mit Rücksicht auf ihre krautartigen, sehr viel Wasser enthaltenden Bestandteile, mehr Wasser bedürfen als andere Gewächse. Ferner hat das Wasser die Aufgabe, die Nährstoffe im Boden aufzulösen, indem die Saugwurzeln die Nahrung, beziehungsweise die Bildungsstoffe, nur in flüssigem Zustande aufnehmen können. Wenn dem Boden Feuchtigkeit mangelt, so steht das Wachstum still, namentlich bei krautartigen Gewächsen.

In „Krafts Haus- und Gemüsegarten" gibt F. Heinzelmann folgende auf das Gießen bezugnehmende Ratschläge:

Das beste Wasser zum Begießen ist das Regenwasser, weil es neben seinen anderen guten Eigenschaften die meiste Zersetzungs- und Auflösungskraft besitzt. Neben dem Regenwasser ist das Wasser aus Teichen, Flüssen und Bächen ebenfalls sehr gut. Brunnenwasser ist minder wertvoll; wo man aber keine andere Wahl hat, tut man gut, dasselbe vor dem Gebrauch in Behältern der Luft, am besten der Sonne auszusetzen; oder man gibt etwas heißes Wasser zu, was besonders für Saat- und Frühbeete zu empfehlen ist.

Das Begießen selbst ist von Wichtigkeit. Im Frühling und Herbst, wo Nachtfröste zu befürchten sind, begieße man, wenn nötig, des Morgens, wenn die Luft schon etwas erwärmt ist. Im Sommer dagegen ist das Begießen des Abends am zweckmäßigsten, weil das Wasser nicht sofort wieder verdunstet und das feuchte Land noch mehr Tau anzieht, als trockenes.

Das Wasserquantum muß sich nach Alter, Art und Stärke der Gewächse richten. Ganz junge, schwache Pflanzen begieße man sehr vorsichtig, weil ihnen zuviel leicht Schaden bringt; größere Gewächse reichlicher; besonders lieben Kohlgewächse und Salat &c. ein intensives Begießen.

Der größte Fehler, der beim Begießen vielfach gemacht wird, besteht darin, daß man zu oberflächlich gießt. Man glaubt sehr oft, genug getan zu haben, wenn nur die Pflanzen benetzt sind und das Land etwas anders gefärbt ist. Oft wird durch ein solches Begießen mehr Schaden als Nutzen gestiftet. Als Regel gelte, wenn begossen werden muß, intensiv zu begießen, und dann eher, wenn es die Verhältnisse nicht anders zulassen, wieder einige Tage zuwarten. Saatbeete sind täglich zu begießen. Kleinere Pflanzen sind mit der Brause (Sieb), große Pflanzen mit dem Rohr zu begießen. Beim Begießen darf die Gießkanne nicht zu hoch gehalten werden, weil sonst der Boden zu sehr verhärtet, und die Erde von den Pflanzen weggeschwemmt wird. In neuerer Zeit verwendet man zum Begießen mit Vorliebe die ovale Gießkanne aus verzinktem Eisenblech, zu welcher man sich einen Rohransatz mit Zunge machen läßt, welcher das Wasser in breiter Fläche dünn verteilt, ohne zu verstopfen.

Eine sehr wichtige Arbeit ist das Bespritzen der Gartenpflanzen nach heißen Sommertagen. Es werden dadurch die Pflanzen sehr erfrischt und zu kräftigerem Wachstum angeregt. Die einfachste Art

des Bespritzens ist diejenige mit der Brause der Gießkanne. Aber auch mit dem Schlauch unter Anwendung von natürlichem oder künstlichem Druck ist eine gute Verteilung des Wassers möglich, wenn das Wendrohr praktisch eingerichtet und richtig gehandhabt wird.

Man dehne dieses Bespritzen auf sämtliche Gartenpflanzen, namentlich auch auf die Zwergbäume aus. Ein anderer Vorteil des Bespritzens mit dem Hydranten besteht darin, daß damit manches Ungeziefer, wie Blattläuse, Raupen &c. weggespült und vernichtet werden kann.

Haushalt.

Fest ineinandergestellte Gläser lassen sich leicht auseinander bringen, wenn man das untere in warmes Wasser stellt und in das obere kaltes Wasser eingießt. Wie erklärt sich das? Durch die Wärme wird das äußere Glas ausgedehnt, durch die Kälte aber das innere Glas zusammengezogen. Wärme dehnt bekanntlich alle Körper aus. Setzt man also das untere Glas in warmes Wasser, so wird es ausgedehnt. Dabei erweitert sich auch sein Innenraum, und hierdurch wird das darin festsitzende obere Glas schon gelockert, vielleicht schon so sehr, daß es herausgenommen werden kann. Noch viel kräftiger wird die Lockerung, wenn man in das obere Glas recht kaltes Wasser gießt. Durch Kälte werden die Körper zusammengezogen. Wenn sich aber das obere Glas zusammenzieht, so wird es kleiner und seine Wand rückt daher von der Wand des größer werdenden unteren Glases noch weiter ab, als dies sonst der Fall sein würde. Haase „Allerlei Küchenweisheit".

Strohmatten mit Seife gereinigt erhalten oft ein grau-gelbes Aussehen, bürstet man sie dagegen tüchtig mit Salzwasser und spült sie gut nach, so erhalten sie ein völlig frisches Aussehen. s.

Hüte, welche nicht sehr stark schmutzig sind, kann man schon dadurch reinigen, daß man sie mit einer fünfprozentigen Zitronensäurelösung mittels eines kleinen Schwammes wäscht und dann gut mit Wasser abspült und sie in die Sonne hängt.

Ein gutes Reinigungsmittel für Hände, die beim Früchteeinkochen durch Farbstoff befleckt worden sind, ist der Zitronensaft. Auch die Schalen von Zitronen, die andern Zwecken gedient haben, lassen sich hiezu gut verwenden.

Küche.

Kochrezepte.

Alkoholhaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasserverdünnten Sirup, und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Käsesuppe. 40 Gr. Fett, 80 Gr. Brot, 40 Gr. Käse, 1 Liter heißes Wasser, 1 Ei, 1/2 Tasse Rahm, Salz, Muskat. Auf den Boden des Suppentopfes legt man eine Lage im Fett geröstete Brottünkli, eine Lage geriebenen Käse und wiederholt das 3 Mal. Dann übergießt man das Brot mit dem siedenden Wasser, salzt die Suppe und läßt sie aufkochen. Nun streicht man die Suppe durch ein Sieb und kocht sie nochmals auf. Zuletzt verrührt man 1 Ei mit 1/2 Tasse Milch oder Rahm in der Suppenschüssel und richtet die Suppe darüber an und würzt sie mit Muskatnuß. Diese Suppe ist wohlschmeckend, sehr nahrhaft und als Abendgericht zu empfehlen.

Aus „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt", von M. u. L. Barth.

Rindfleischschnitten, gedünstet (Rumsteaks). Zeit 1 Stunde. 3/4 Kilo Rindfleisch, Mocken oder Schwanzstück, 1 Kochlöffel Mehl, 30 Gr. Fett, 1 Zwiebel, 1 Karotte, 3 Deziliter Wasser, Salz und Pfeffer. In dem heißgemachten Fett brät man die gutgeklopften und wieder zusammengeschobenen Fleischstücke rasch auf beiden Seiten gelb und legt sie auf eine erwärmte Platte auf den Herd. In dem zurückgebliebenen Fett röstet man die feingeschnittene Zwiebel, die in Scheibchen geteilte Karotte und das Mehl, löscht mit Wasser oder Fleischbrühe ab und bringt die gebratenen Fleischstücke wieder in die Sauce zurück, wenn sie kocht, und läßt ganz langsam noch etwa eine halbe Stunde gut zugedeckt schmoren.

Falscher Hase (Hackbraten). Zeit 2 Stunden. 350 Gr. Kalbfleisch, 350 Gr. Rindfleisch, 350 Gr. Schweinefleisch, 1 Brötchen, 1 Ei, Grünes, 1/2 Zwiebel, Salz, Pfeffer, 2 Sardellen, 2 Löffel Fleischbrühe oder Wasser. Das feingehackte Fleisch, das in Milch eingeweichte und wieder ausgedrückte Brötchen, die feingewiegten Sardellen, das Grüne, die gedämpfte Zwiebel, Salz und Pfeffer, das Ei und die Flüssigkeit werden 10 Minuten lang gut durcheinandergewirkt. Die Masse ist dann mit mehligen Händen zu einer Wurst zu formen, die man mit Paniermehl bestreut und im Ofen wie einen Braten behandelt. Bratzeit 1—1 1/2 Stunden. — Wer das Gericht zu vereinfachen wünscht, kann Bratwurstfülle vom Metzger mit dem Gewürz und den andern Zutaten vermengen. Im übrigen wie oben verfahren, nur die Zugabe von etwas Fleischbrühe in den Teig nie vergessen.

Aus „Gritli in der Küche".

Geschmorte Gurken. 1/2 Kilo Gurken, 5 Gr. Salz, 1 Eßlöffel Essig zum Abkochen, 40 Gr. Speck, 20 Gr. Zwiebel, 30 Gr. Zucker, 30 Gr. Mehl, 3/4 Liter Wasser. Die Gurken werden nach dem Stiel zu geschält und dabei gekostet, ob eine bittere dabei ist. Dann werden sie der Länge nach in 2 oder je nach Größe in 4 Teile gespalten, die Kerne entfernt und in 6 Cm. lange Stücke geschnitten. Diese kocht man in Essig- und Salzwasser weich, nimmt sie heraus und läßt sie abtropfen. Der in Würfel geschnittene Speck wird ausgebraten, die Grieben beiseite gestellt. In einer irdenen Pfanne läßt man in dem zerlassenen Speck Zwiebelwürfel, Zucker und Mehl nacheinander bräunen, füllt dann langsam 1/2 Liter von dem Gurkensud dazu, läßt die Sauce unter Rühren seimig kochen und legt zuletzt die Gurkenstücke hinein und beim Anrichten die Grieben oben auf. Bereitungsdauer 1 1/2 Stunden.

Aus „Die Nahrung" von A. von Nostitz.

Riso condito (Reis mit Gemüse). Ein Teller voll grüne Ausbrecherbsen, junger Kohl, wenig gelbe Rübchen, auch Blumenkohl oder junge Kohlraben (der Kohl grob gebrochen), werden zugleich mit dem Reis, 2 Handvoll per Person in sehr stark siedendem, stark gesalzenem Wasser 20 Minuten gekocht, mit der Kelle ausgehoben und auf die Platte lagenweise mit Parmesan- oder guten Reibkäse gelegt. Zuletzt wird Schnittlauch und Petersilie darüber gegeben, etwas Käse und Fett überbrennt, daß oben eine Kruste entsteht. Zu Ragout, gesalzener Wurst oder Bindenfleisch sehr beliebt. Eine kräftige Tomaten-Sauce paßt auch sehr gut dazu, dann wird aber weniger fett überbrennt. Gewöhnlich gibt man keine Suppe dazu. Übriggebliebenes verwendet man zur Suppe.

Aus „Kochrezepte bündn. Frauen".

Setzeier in Tomaten. Die Tomaten werden halbiert, ausgedrückt, mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie bestreut, unter die man ein wenig Knoblauch gemischt hat, und auf die gut eingefettete Eierschüssel gesetzt. In jede Tomatenhälfte schlägt man nun ein Ei, gibt etwas leichtgeröstete Brosamen und geriebenen Käse darüber und läßt die Eier im Ofen gar werden.

Aus „Eierspeisen" von M. Richter.

Kartoffeln mit Quark und Kümmel. 600 Gr. Kartoffeln, 40 Gr. Fett, Salz, etwas Pfeffer, 100—150 Gr. Quark, 6 Löffel Milch, 1 Ei, 1 Eßlöffel abgebrühten Kümmel. Die Kartoffeln werden gewaschen, geschält, in Scheiben geschnitten und im heißen Fett weich und gelb gebraten. Man würzt sie mit Salz und Pfeffer. Den abgetropften Quark treibt man durch ein Sieb, vermischt ihn mit der Milch, dem Ei und dem abgebrühten Kümmel und etwas Salz, gibt die Masse über die Kartoffeln und rührt sie durcheinander. Nachdem die Quarkmasse geronnen ist, richtet man die Kartoffeln an und serviert sie sofort. Ein vorzügliches Abendgericht.

Aus „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt", von M. u. L. Barth.

Kirschenpfanne. Man gibt in eine irdene, mit Butter ausgestrichene Pfanne 1 Kilogramm ausgesteinte, mit reichlich Zucker vermischte Kirschen, zerquirlt dann 250 Gr. Mehl, 4 Eier und 60 Gr. Zucker nebst einer Prise Salz in 1 Liter Milch oder Rahm und gießt dies über die Kirschen. Darauf läßt man die Speise eine gute halbe Stunde backen und gibt sie in der Pfanne zu Tisch.

Himbeereis. 1 1/2 Liter Himbeeren werden durch ein Haarsieb gestrichen, mit 1/2 Kilogramm Zucker, der in 1/2 Liter Wasser geläutert ist, und dem Saft von 2 Zitronen vermischt und in die Gefrierbüchse gefüllt. Will man das Eis von eingekochtem Himbeersaft bereiten, so mischt man 1/2 Liter Saft mit 1/2 Liter frischem Wasser und dem Saft einer Zitrone.

Johannisbeertorte. Man vermische 3/4 Liter frische, rote Johannisbeeren mit 90 Gr. gestoßenem Zucker und stelle sie bei Seite. Belege dann eine Tortenform mit Blätterteig. Darauf rühre man 250 Gr. abgezogene, fein gestoßene Mandeln mit 250 Gr. fein gesiebtem Zucker und dem Schnee von 6 Eiweiß eine Viertelstunde, fülle die Hälfte dieser Masse in die Form, die Johannisbeeren darüber, den Rest der Masse darauf und backe die Torte in abgekühltem Ofen. Schmeckt sehr gut.

Pröpper, „Das Obst in der Küche".

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Kirschen-Gelee mit Johannisbeeren. Man koche Kirschen und Johannisbeeren zu gleichen Teilen im Wasserbade, bis aller Saft herausgekocht ist, und lasse ihn durch ein Tuch laufen. Auf 1 Kilo Saft nehme 1 1/4 Kilo Zucker, bringe ihn mit dem Saft aufs Feuer und koche ihn unter fleißigem Abschäumen zu Gelee, das man sofort einfüllt.

Marmelade — Dreimus. Johannisbeeren, Himbeeren und Kirschen (alles zu gleichen Teilen) werden mit ebensoviel Zucker zur steifen Marmelade gekocht. Es muß aber beständig mit dem Holzlöffel gerührt und die Masse heiß in einen Steintopf gegossen werden.

Pröpper, „Das Einmachen der Früchte".

Englische Tomatenmarmelade. Ganz reife rote Tomaten werden mit siedendem Wasser abgebrüht, abgezogen und mit möglichst wenig Wasser zerkocht. Man treibt dann den Brei durch ein Sieb, wiegt ihn und fügt auf jedes Kilogramm der Masse

1 Kilogramm Zucker, den Saft und die auf Zucker abgeriebene Schale von zwei Zitronen, sowie zehn geriebene bittere Mandeln hinzu. Dann wird alles zusammen auf ganz schwachem Feuer zu einer steifen Marmelade eingekocht. Die Marmelade wird dann in Gläser gefüllt, die sorgfältig verschlossen werden müssen. Sie hat Ähnlichkeit mit Aprikosenmarmelade und eignet sich vorzüglich zum Füllen von Backwerk und Omeletten, wie als Belag auf Brot; sie kann auch in Geleeförmchen gefüllt als Beisatz zum Braten gegeben werden.

Heidelbeermus ohne Zucker. Die gereinigten Beeren werden unter beständigem Rühren auf kleinem Feuer je nach dem Quantum 4—8 Stunden gekocht. Um 5 Kilo einzukochen braucht man 4 Stunden; je größer das Quantum, desto länger muß gekocht und gerührt werden. Das Mus soll so dick sein, daß es beim Erkalten fest wird. Man füllt es in Steintöpfe, die noch in den Ofen gestellt werden, damit sich als Decke über das Mus eine zähe Haut bildet. Wird es so lange eingedämpft, daß es nach dem Erkalten in Scheiben geschnitten werden kann, so ist es mit Brot genossen eine gesunde Speise. Soll das Mus als Kompott verwendet werden, verdünnt man es mit alkoholfreiem Wein oder Zuckerwasser. Das Mus ist sehr haltbar.

Gurken in Gläsern. 1 Kilo Gurken, 1 Deziliter Wasser, 1 gestrichener Eßlöffel Salz. Die geschälten, in Würfel geschnittenen Gurken werden mit Wasser und Salz 1/4 Stunde gekocht, bis auf 3 Cm. in Gläser gefüllt, verschlossen und 1/2 Stunde sterilisiert. Beim Gebrauche kann man das überflüssige Gurkenwasser in Suppen verwenden und die Gurken in einer Buttersauce aufkochen, oder auch mit Zwiebeln braten und ein zerquirltes Ei dazu rühren, wenn man sie anrichtet.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Gesundheitspflege.

Alles, was unseren Körper stählt und kräftigt und seine Widerstandsfähigkeit erhöht, ist von größtem Werte im **Kampfe gegen die Tuberkulose**, wie überhaupt im Kampfe gegen jede ansteckende Krankheit. Man sorge daher für sich und die Seinen für gute, kräftige Nahrung, vermeide aber jede Schlemmerei und Schwelgerei. Namentlich ist Mäßigkeit im Alkoholgenuß dringend anzuraten. Eine traurige Rolle bei der Erkrankung an Tuberkulose spielt der chronische Alkoholismus. Sorge für genügenden Schlaf und für gesunde Wohnung, Sauberkeit und Reinlichkeit, Sonne, Licht und Luft, vernünftige Kräftigung des Körpers durch Turnen und sonstigen Sport, Abhärtung durch Waschungen und dergleichen sind mächtige Hilfstruppen im Kampfe gegen die Tuberkulose. Leider stellen die sozialen Verhältnisse so manchen diesen Forderungen fast unüberwindliche Hindernisse in den Weg. B. L.

Leute mit schwachem Herzen dürfen wohl innerhalb ihrer Leistungsfähigkeitsgrenzen dem **Bergsport** huldigen. Diese Grenzen kann der Betreffende selbst in jedem Einzelfall richtig beurteilen, wenn er als Maß, das nicht überschritten werden darf, die Körperanstrengung ansieht, welche ohne sogen. Herzklopfen und ohne Atemnot geleistet werden kann. Da der subjektive schwache Herzmuskel aber auch durch vereinzelte übermäßige Anstrengungen leicht geschädigt werden kann, so werden nur solche Touren ins Programm aufgenommen werden dürfen, wo von vornherein bei mäßigen Anforderungen an die Leistungsfähigkeit das Quartier bei Zeiten erreicht werden kann. Dagegen sind Touren zu vermeiden, deren Schwierigkeiten und Anstrengungen nicht berechnet werden können oder bei denen man sich darauf gefaßt machen muß, am Ziel kein Nachtquartier mehr zu finden und dadurch genötigt zu sein, weiter zu marschieren, als man sich vorgenommen hatte. Daß ferner bei derartigen Leuten eine sehr umfangreiche und sorgfältige Vorbereitung stattfinden muß, wenn sie überhaupt die Fähigkeit erlangen wollen, größere Touren zu machen, dürfte wohl kaum besonders erwähnt werden müssen. Auch sollten sich alle Leute mit schwachem Herzen alles dessen enthalten, was mit stärkerem Pressen verbunden ist (z. B. Tragen eines schweren Rucksacks), oder wo größere momentane Kraftanstrengungen notwendig werden, wie z. B. bei Klettertouren. Dr. H.

Krankenpflege.

Das Wundliegen von Kranken läßt sich verhüten durch häufiges Reinigen, Waschen, Trockenlegen, Umbetten des Patienten, Anstrecken des Leintuches und des Hemdes, Entfernen von Brotkrumen u. dergl., Wechsel der Lage des Patienten (bald Rückenlage, bald Seitenlage links und rechts). Waschen der bedrohten Teile, ein- bis mehrmals täglich mit kaltem oder lauem Wasser und nachheriges Einreiben mit Franzbranntwein, Kampherspiritus oder mit einer Zitrone.

Für oberflächliche Geschwüre empfiehlt Dr. Brunner das Auflegen von Bleipflaster, Heftpflaster, Königssalbe, Zinksalbe, Zinkoxydpflastermull oder dergleichen. Tiefe Geschwüre müssen mit Watte, welche mit essigsaurer Tonerdelösung (ca. 3%) oder Kampherwein (ein Teil geriebener Kampher in zehn Teilen Weißwein) getränkt ist, oder mit einem regelrechten Wundverband bedeckt werden.

Bei fetten oder stark schwitzenden Personen kann an manchen Körperstellen Wundsein

auftreten. Diese Stellen sind fleißig zu waschen und mit trockenem Streupulver zu bestreuen, in die Falten ist Watte zu legen.

Nicht selten gibt es Vergiftungen durch **Schlangenbiß** (Kreuzotter), welche barfuß gehende Kinder im Wald beim Beerensuchen und dergl. gefährdet. Das verletzte Glied schwillt rasch an, rötet sich und wird sehr schmerzhaft, der Gebissene kann ohnmächtig hinfallen. Es ist ratsam, sofort oberhalb der Wunde das Glied mit einem Gummiband, einem Hosenträger oder Schürzenband abzuschnüren und dann die Wunde mit dem Mund (wenn die Lippen unversehrt sind!) oder mit einem Schröpfkopf bezüglich Schnapsgläschen auszusaugen. Noch sicherer ist es, die Wunde mit einem glühend gemachten Nagel oder einer brennenden Zigarre auszubrennen; auch Waschung mit Branntwein oder fünfprozentiger Lösung von übermangansaurem Kali ist nützlich; letzteres wird nach Verordnung des Arztes auch in der Umgebung der Wunde unter die Haut gespritzt. Das einschnürende Band darf nicht länger als höchstens zwei Stunden liegen bleiben. Dr. W.

Kinderpflege und -Erziehung.

Über die Impfung von Säuglingen. Man tut gut, kleine Kinder nicht während der größten Sommerhitze und nicht mitten im Zahnen impfen zu lassen. Ich habe meine Kinder immer im Anfang des zweiten Vierteljahres geimpft, vor Beginn des Zahnens und bevor sie durch Kratzen die Entwicklung der Impfpusteln stören konnten. Sollten jedoch Pockenfälle in der Nähe vorkommen, so läßt man das Kindlein sofort impfen, und wäre es auch in den ersten Lebenswochen. Je jünger ein von Pocken befallenes Kind ist, desto geringer seine Aussicht auf Genesung. Säuglinge mit Drüsenanschwellungen, Ausschlag, verdächtigen Lungen-Erscheinungen sollen nur bei dringender Pockengefahr während der Dauer der Krankheitserscheinungen geimpft werden. Man nähe gleich von Anfang an ein feines, leinenes Ärmelchen in das entsprechende Hemdchen oder Schlüttchen, da die Reibung von Wolle auf den Pusteln schädlich ist.

Das geimpfte Kleine kann man sowohl ins Freie bringen, als auch nach dem ersten Tage baden, bis die Impfschnitte sich lebhaft zu röten anfangen. Dann setze man das Baden und Spazierengehen aus und verbindet das Ärmchen sorgfältig mit Verbandwatte und Gazebinden täglich neu, bis die Pusteln eingetrocknet sind. Rötet sich die Haut zwischen den Pusteln und gegen den Rücken hin stark, so ist sie öfter mit einprozentiger Karbolvaseline zu bestreichen, nicht aber die Pusteln selbst. Man mißt täglich die Temperatur und macht bei Fieber und Unruhe lauwarme Wickel. Im Winter sind Kinder von der ersten Rötung bis zur Eintrocknung der Pusteln nicht ins Freie zu bringen; auch wird das Baden ausgesetzt, bis die harte Kruste abgefallen ist. Zu frühes Baden bewirkt vorzeitige Lockerung der Krusten und stört die Heilung in der Tiefe der Narbe.

Aus „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr“
von Dr. Marie Heim-Vögtlin.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Das Hohlwerden des Selleries ist eine Folge von Stickstoffüberfluß. Die Pflanzen wachsen bei den guten Bodenverhältnissen üppig, und da Stickstoff reichlich vorhanden ist, andere Stoffe im Verhältnis hierzu fehlen, so verwenden sie einen Teil solcher Stoffe aus dem Innern, wo sie als Reservestoffe abgelagert wurden, zu Neubildungen. Ein ganz ähnlicher, aber natürlicher Vorgang findet statt, wenn irgend ein Wurzelgewächs Samen trägt. Hierbei werden regelmäßig die in der Wurzel abgelagerten Reservestoffe zur Bildung des Samenstengels gebraucht, und zwar zuerst die aus der Mitte. Durch Samenbildung werden die Wurzeln immer hohl.

Es mag nun teilweise mit an der Sorte liegen, wenn Sellerie vorzeitig hohl wird; die größere Schuld trifft die Kultur. Wenn man nicht mehr so sehr auf Riesensellerie hinzüchten, sich vielmehr mit der Größe eines guten Apfels begnügen wollte, würde man nicht so viele hohle Sellerieknollen haben. Man sollte nicht so unmäßig düngen, und ganz besonders nicht mit frischem Stallmist, überhaupt nicht mit Stickstoffdünger. Altgedüngter Boden hat keinen solchen Stickstoffüberschuß wie der frische.

Äußerlich der schlimmste Fehler ist es, wenn Sellerie zu viel Wurzelwerk treibt, viel Wurzeln und wenig Knollen. Die Neigung, mehr Wurzeln als schöne Knollen zu bilden, schlummert teilweise ebenfalls im Samen, teilweise auch im Boden. Ein Boden, der tief bearbeitet ist, begünstigt die Neigung zum Wurzelbilden. Wenn die Erde hungrig ist, der Dünger tief liegt, treibt die Pflanze viele lange Wurzeln nach dem Dünger hin. Ich halte es für wesentlich, daß eine gute, fruchtbare Erde die Selleriewurzel umgibt, damit die Knolle in nächster Nähe alles findet und nicht so viele lange, dicke Wurzeln zu treiben braucht.

Aus „Praktische Gemüsegärtnerei“.

Die ersten gefüllten Rosen hat nicht die Kunst geschaffen, sondern die Natur. So fand man z. B. auf der Insel Bourbon in einer Hecke wilder Rosen einen Zweig, der gefüllte

Blumen trug. Diesen Zweig nahmen französische Gärtner und vermehrten ihn durch Okulieren, und so wurde er der Stammvater aller noch heute vorhandenen Bourbonrosen. Die Thee- und Bengalrosen stammen aus Indien. Von Amerika erhielt der französische Gärtner Noisette um 1820 die Urpflanze der Noisetterosen, eine Kreuzung der Monats- und Moschusrose. Die Moosrosen sind Naturspiele; Cristata stammt von einer alten Mauer in Bern; man nimmt an, daß die Moosbildung am Kelche durch den Stich eines Insekts entstanden ist. Alle diese Stammarten sind neuerdings untereinander wieder so oft und so vielfach gekreuzt worden, daß nur noch wenige Kenner die Abarten und Spielarten und Unterarten unterscheiden können. In der Praxis zählt man jede Sorte zu derjenigen Art, deren Hauptmerkmale sie trägt.

Tierzucht.

Die naturgemäße Heilung der Ohrenentzündung bei Hunden. Die Ohrenentzündung ist ein häufig bei Hunden vorkommendes Leiden. Sie entsteht teils durch äußere Verletzungen, teils durch innere Ursachen. Bei inneren Ursachen muß auf alle Fälle eine allgemeine naturgemäße Behandlung durch heiße Bäder und Einpackungen, je nach Kräften des Hundes eingeteilt, Platz greifen. Die Behandlung des Ohres soll eine möglichst milde sein; es soll zunächst mit einem Thee von Kamille, Salbei, Zinnkraut, Wegerich, Bockshornklee und Aloe täglich einige Male ausgewischt und ausgespült werden. In schlimmeren Fällen setzt man 10 Prozent Spiritus zu und pudert, nachdem das Ohr mit einem trockenen Wattebausch ausgetrocknet ist, Tannoformpulver ein. Als Fütterung dient saure Milch, Brot, Gemüse, gekochtes Obst ohne Fleisch. Um das lästige Aufschlagen der Ohren zu verhüten, legt man dem Hunde am besten ein Ohrennetz um die zurückgeschlagenen Ohren.

C. Rh.

Frage-Ecke.

Antworten.

48. Sie meinen jedenfalls **Traubenhefe?** Diese soll ausgezeichnete Wirkung haben bei Hautunreinigkeiten aller Art. Sie ist erhältlich durch die Fabrique de Ferment de raissins purs in Locle. Die Hefe ist dünnflüssig.

H.

49. Sie können die Mittel, die Sie in der Küche zum putzen von Messing brauchen, auch für Ihre angelaufenen **Vorhangstangen** benutzen. Andernfalls besorgt Ihnen wohl jeder Tapezierer die Auffrischung.

E.

50. Was verstehen Sie unter **Leibdecken?** Sollen es Woll- oder Steppdecken sein? Erstere sind im Winter nicht warm genug; auch die Steppdecken schützen den Körper in ungeheizten Zimmern nicht hinreichend. Eine Flaumdecke soll den Unterkörper decken. Woll- u. Steppdecken beziehen Sie vorteilhaft durch die Firmen Meili & Briner, Zentralhof (Fraumünsterstr.), und Albrecht-Schläpfer & Cie., Linthescherhgasse Nr. 10, Zürich 1.

Zürcherin,

51. Es wird schwer halten, die **Fliegen** ganz zu vertreiben, wenn in der Nähe Stallungen sind. Man empfiehlt neben ausgiebigem Durchzug das Räuchern mit Kürbisblättern. Diese werden auf glühende Kohlen geworfen. Macht man die Fenster dabei zu, so werden die Fliegen getötet, bei offenem Fenster ziehen sie hinaus. Wahrscheinlich sind auch Räucherungen mit andern Mitteln den Fliegen unangenehm.

Hausfrau.

52. **Rosenwasser** benützt man als Parfüm. Die Selbstherstellung ist wenig zu empfehlen. Überlassen Sie diese lieber dem Chemiker. Wenn Sie doch einen Versuch machen wollen, so legen Sie ein reines leinenes Tuch über eine porzellanene Suppenschüssel, drücken es leicht nach innen und binden es fest. Dann nehmen Sie frische Rosenblätter, legen solche sorgfältig auf das Tuch und setzen ein passendes Geschirr mit etwas Sand und glühenden Kohlen darauf. Das Rosenwasser sammelt sich nun in dem unteren Behälter. Die ausgetrockneten Blätter werden stets durch neue ersetzt.

Frida.

53. Das Büchlein „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt" von Frl. M. und L. Barth in Schleitheim gibt Ihnen Auskunft auf Ihre Frage betr. **Sauermilch.** Sie können es zum Preise von 50 Cts. direkt von dort beziehen.

Emmy.

Fragen.

54. Kann man weiße **Schafspelze** auch selbst reinigen und wie? Für guten Rat dankt

Lonny.

55. Ich möchte mir gerne von einer Leserin im Bündnerland das Rezept zur Bereitung von **Iva-Liqueur** und **Iva-Wein** erbitten. Beides sind Bündner-Spezialitäten; das Iva-Kraut fand ich jedoch in den Urner Bergtälern.

Frau J. S.

56. Könnte mir jemand aus Erfahrung sagen, wie man **Wollsachen** am besten aufhebt und vor **Motten** schützt? Kampher und Naphtalin sind gegenwärtig teurer als sonst. Ich weiß, daß es Pflanzen gibt, die diesen Insekten zuwider sind und die Wollsachen sehr wirksam schützen sollen, ich kenne sie aber nicht. Für gütigen Rat dankt bestens

J. S.